



Le mudra signifie "signe" en sanskrit.
C'est une position de main,

Les positions symboliques des mains expriment une conception spirituelle chez les hindous et les bouddhistes. En Inde, elles font traditionnellement partie de tout acte spirituel, en particulier la méditation.

La connexion des doigts va générer une énergie spécifique.

Saison de l'été : selon la médecine chinoise, cette saison est en rapport avec l'élément FEU.

火

Je vous propose le Mudra du Feu.
Le Pouce, Agni correspond au Feu



MUDRA FEU



Ce mudra recentre, stabilise et confère une sécurité intérieure.

Restez fidèle à vous-même, donnez du mieux que vous pouvez, même si cela vous paraît dérisoire. Notre don ne peut pas toujours être optimal, mais au moins nous pouvons faire du mieux que nous pouvons. A posteriori, il s'avère souvent qu'un engagement, aussi faible qu'il nous paraisse, provoque davantage que nous ne pensions. Comme si une puissance invisible complétait ce qui manque.

Vous placez votre agir et non-agir, c'est-à-dire toute votre vie, dans la lumière cosmique, qui lui donnera sa véritable valeur et profondeur.

**Je donne du mieux que je peux,
et me laisse offrir le reste.**